SIN CARNE

MENÚ DICIEMBRE 2018

CEIP FLORIÁN REY

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Arroz con verduras Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca y pan **Ap. Nutri. 3 a 8 años / 9 a 13 años**	**4** Alubias pintas con verduras de la huerta Merluza en salsa de puerros y ensalada de lechuga Fruta fresca y pan **Kcal: 588,32 / 705,98**	**5** Macarrones gratinados Bacalao al horno con lechuga y zanahoria Yogur y pan **Prot(g): 27,7 / 33,34**	**6** **Lip (g): 21,24 / 25,49**	**7** **HC (g): 67,98/ 81,58**
10 Lentejas con verduras Tortilla de patatas Fruta fresca y pan **Ap. Nutri. 3 a 8 años / 9 a 13 años**	**11** Borraja con patatas Filete de merluza empanado con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan **Kcal: 582,70 / 699,24**	**12** Patatas a la marinera Huevos al horno con tomate Yogur y pan **Prot(g): 29,27 / 35,12**	**13** Sopa de verduras Merluza a la plancha Fruta fresca y pan **Lip (g): 21,23 / 25,48**	**14** Arroz con champiñones Salmón al horno con finas hierbas con ensalada de tomate Fruta fresca y pan **HC (g): 64,76/ 77,72**
17 Lentejas con verduras Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan **Ap. Nutri. 3 a 8 años / 9 a 13 años**	**18** Espirales con tomate Merluza en salsa con verduras Fruta fresca y pan **Kcal: 605,03 / 695,79**	**19** Acelgas con patatas Tortilla francesa con ensalada Yogur y pan **Prot(g): 23,20 / 26,68**	**20** Judías blancas estofadas con verduras Filete de merluza a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan **Lip (g): 24,96 / 28,71**	**21** Arroz con calamares Salmon en salsa Fruta fresca y pan **HC (g): 63,79 / 73,36**
24	**25**	**26**	**27**	**28**